
श्री गायत्री चालीसा



गायत्री महामंत्र

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य
धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्।

भावार्थ- उस प्राणस्वरूप, दुःखनाशक, सुखस्वरूप, श्रेष्ठ, तेजस्वी, पापनाशक, देवस्वरूप परमात्मा को हम अंतरात्मा में धारण करें, वह परमात्मा हमारी बुद्धि को सन्मार्ग पर प्रेरित करे।

गायत्री उपासना हम सब के लिए अनिवार्य

गायत्री को भारतीय संस्कृति की जननी कहा गया है। वेदों से लेकर धर्मशास्त्रों तक का समस्त दिव्य ज्ञान गायत्री के बीजाक्षरों का ही विस्तार है। माँ गायत्री का आँचल पकड़ने वाला साधक कभी निराश नहीं हुआ। इस मंत्र के चौबीस अक्षर चौबीस शक्तियों, सिद्धियों के प्रतीक हैं। गायत्री उपासना करने वाले साधक की सभी मनोकामनाएँ पूरी होती हैं, ऐसा ऋषिगणों का अभिमत है।

गायत्री वेदमाता है एवं मानव मात्र का पाप नाश करने की शक्ति उनमें है। इससे अधिक पवित्र करने वाला और कोई मंत्र स्वर्ग और पृथ्वी पर नहीं है। भौतिक लालसाओं से पीड़ित व्यक्ति के लिए भी और आत्मकल्याण की इच्छा रखने वाले मुमुक्षु के लिए भी एक मात्र आश्रय गायत्री ही है। गायत्री से आयु, प्राण, प्रजा, पशु, कीर्ति, धन एवं ब्रह्मवर्चस के सात प्रतिफल अथर्ववेद

में बताए गये हैं, जो विधिपूर्वक उपासना करने वाले हर साधक को निश्चित ही प्राप्त होते हैं।

भारतीय संस्कृति में आस्था रखने वाले हर प्राणी को नित्य-नियमित गायत्री उपासना करनी चाहिए। विधिपूर्वक की गई उपासना साधक के चारों ओर एक रक्षा कवच का निर्माण करती है व विभिन्न विपत्तियों, आसन्न विभीषिकाओं से उसकी रक्षा करती है। प्रस्तुत समय इक्कीसवीं सदी का ब्रह्म मुहूर्त है। आगामी वर्षों में पूरे विश्व में तेजी से परिवर्तन होगा। इस विशिष्ट समय में की गयी गायत्री उपासना के प्रतिफल भी विशिष्ट होंगे। युगऋषि, वेदमूर्ति, तपोनिष्ठ पं. श्रीराम शर्मा आचार्य जी ने गायत्री के तत्वदर्शन को जन-जन तक पहुँचाया व उसे जन-सुलभ बनाया है। प्रत्यक्ष कामधेनु की तरह इसका हर कोई पय पान कर सकता है। जाति, मत, लिंग भेद से परे गायत्री सार्वजनीन है, सबके लिए उसकी उपासना-साधना करने व लाभ उठाने का मार्ग खुला हुआ है।

गायत्री उपासना का विधि-विधान

गायत्री उपासना कभी भी, किसी भी स्थिति में की जा सकती है। हर स्थिति में यह लाभदायी है, परंतु विधिपूर्वक भावना से जुड़े न्यूनतम कर्मकांडों के साथ की गई उपासना अति फलदायी मानी गई है। तीन माला गायत्री मंत्र का जप आवश्यक माना गया है। शौच-स्नान से निवृत होकर नियत स्थान, नियत समय पर सुखासन में बैठकर नित्य गायत्री उपासना की जानी चाहिए।

उपासना का विधि विधान इस प्रकार है-

(१) **ब्रह्म संध्या**-जो शरीर व मन को पवित्र बनाने के लिए की जाती है। इसके अंतर्गत पाँच कृत्य करने पड़ते हैं।

(अ) **पवित्रीकरण**- बाँए हाथ में जल लेकर उसे दाहिने हाथ से ढक लिया जाए। पवित्रीकरण का मंत्रोच्चारण किया जाए। तदुपरांत उस जल को सिर तथा शरीर पर छिड़क लिया जाए।

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा, सर्वावस्थां गतोऽपि वा।
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं, स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः॥
ॐ पुनातु पुण्डरीकाक्षः, पुनातु पुण्डरीकाक्षः, पुनातु।

आचमन-वाणी, मन व अंतःकरण की शुद्धि के लिए चम्मच से तीन बार जल का आचमन करें। हर मंत्र के साथ एक आचमन किया जाए।

ॐ अमृतोपस्तरणमसि स्वाहा ॥१॥
ॐ अमृतापिधानमसि स्वाहा ॥२॥
ॐ सत्यं यशः श्रीर्मयि, श्रीः श्रयतां स्वाहा ॥३॥

(स) **शिखा स्पर्श एवं वंदन**- शिखा के स्थान को भीगी पाँचों अंगुलियों से स्पर्श करते हुए भावना करें कि गायत्री के इस प्रतीक के माध्यम से सदा सद्विचार ही यहाँ स्थापित रहेंगे। निम्न मंत्र का उच्चारण करें।

ॐ चिद्रूपिणि महामाये, दिव्यतेजः समन्विते।
तिष्ठ देवि शिखामध्ये, तेजोवृद्धिं कुरुष्व मे॥

(द) प्राणायाम- श्वाँस को धीमी गति से बाहर से गहरी खींचकर रोकना व बाहर निकालना प्राणायाम के कृत्य में आता है। श्वांस खींचने के साथ भावना करें कि प्राणशक्ति की श्रेष्ठता श्वांस के द्वारा अंदर खींची जा रही है, छोड़ते समय यह भावना करें कि हमारे दुर्गुण, दुष्प्रवृतियाँ, बुरे विचार प्रश्वांस के साथ बाहर निकल रहे हैं। प्राणायाम, मंत्र के उच्चारण के बाद किया जाए।

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यम्। ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्। ॐ आपोज्योतीरसोऽमृतं, ब्रह्म भूर्भुवः स्वः ॐ।

(य) न्यास- इसका प्रयोजन है-शरीर के सभी महत्त्वपूर्ण अंगो में पवित्रता का समावेश तथा अंतः की चेतना को जगाना ताकि देवपूजन जैसा श्रेष्ठ कृत्य किया जा सके। बाँयें हाथ की हथेली में जल लेकर दाहिने हाथ की पाँचों अंगुलियों को उसमें भिगो कर बताए गए स्थान को मंत्रोच्चार के साथ स्पर्श करें।

ॐ वाङ्मे आस्येऽस्तु। (मुख को)

ॐ नसोर्मेप्राणोऽस्तु। (नासिका के दोनो छिद्रों को)

ॐ अक्ष्णोर्मेचक्षुरस्तु। (दोनों नेत्रों को)

ॐ कर्णयोर्मे श्रोत्रमस्तु। (दोनों कानों को)

ॐ बाह्वोर्मे बलमस्तु। (दोनों भुजाओं को)

ॐ ऊर्वोर्मे ओजोऽस्तु। (दोनों जंघाओं को)

ॐ अरिष्टानि मेऽङ्गानि, तनूस्तन्वा मे सह सन्तु (समस्त शरीर को)

आत्मशोधन की ब्रह्म संध्या के उपरोक्त पाँचों कृत्यों का भाव यह है कि साधक में पवित्रता एवं प्रखरता की अभिवृद्धि हो तथा मलिनता-अवांछनीयता की निवृत्ति हो । पवित्र प्रखर व्यक्ति ही भगवान के दरबार में प्रवेश के अधिकारी होते हैं।

(२) देवपूजन-(क) गायत्री उपासना का आधार केन्द्र महाप्रज्ञा- ऋतंभरा गायत्री है। उनका प्रतीक चित्र सुसज्जित पूजा की

वेदी पर स्थापित कर उनका निम्न मंत्र के माध्यम से आवाहन करें। भावना करें कि साधक की भावना के अनुरूप माँ गायत्री की शक्ति यहाँ अवतरित हो, स्थापित हो रही है।

ॐ आयातु वरदे देवि ! त्र्यक्षरे ब्रह्मवादिनि।
गायत्रिच्छन्दसां मातः, ब्रह्मयोने नमोऽस्तु ते॥३॥

श्री गायत्र्यै नमः। आवाहयामि, स्थापयामि, ध्यायामि। ततो नमस्कारं करोमि।

(ख) गुरु परमात्मा की दिव्य चेतना का अंश है, जो साधक का मार्गदर्शन करता है। सद्गुरु के रूप में पूज्य गुरुदेव एवं वंदनीया माताजी का अभिवंदन करते हुए उपासना की सफलता हेतु प्रार्थना के साथ गुरु आवाहन निम्न मंत्रोच्चार के साथ करें।

ॐ गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः, गुरुरेव महेश्वरः।
गुरुरेव परब्रह्म, तस्मै श्री गुरवे नमः॥१॥
अखण्डमण्डलाकारं, व्याप्तं येन चराचरम्।

तत्पदं दर्शितं येन, तस्मै श्री गुरवे नमः॥२॥
मातृवत् लालयित्री च, पितृवत् मार्गदर्शिका।
नमोऽस्तु गुरु सत्तायै, श्रद्धा-प्रज्ञायुता च या॥३॥

ॐ श्री गुरवे नमः। आवाहयामि, स्थापयामि, पूजयामि, ध्यायामि।

(ग) माँ गायत्री व गुरुसत्ता के आवाहन व नमन के पश्चात् देवपूजन में घनिष्ठता स्थापना हेतु पंचोपचार पूजन किया जाता है। इन्हें विधिवत् संपन्न करें। जल, अक्षत, पुष्प, धूप-दीप तथा नैवेद्य प्रतीक के रूप में आराध्य के समक्ष प्रस्तुत किए जाते हैं। एक-एक करके छोटी तश्तरी में इन पांचों को समर्पित करते चलें। जल का अर्थ है- नम्रता, सहृदयता। अक्षत का अर्थ है- समयदान, अंशदान। पुष्प का अर्थ है- प्रसन्नता, आंतरिक उल्लास। धूप-दीप का अर्थ है- सुगंध व प्रकाश का वितरण, पुण्य परमार्थ तथा नैवेद्य का अर्थ है- स्वभाव व व्यवहार में मधुरता, शालीनता का समावेश।

ये पांचो उपचार व्यक्तित्व को सत्प्रवृत्तियों से संपन्न करने के लिए किए जाते हैं। कर्मकांड के पीछे भावना महत्त्वपूर्ण है।

(३) जप-गायत्री मंत्र का जप न्यूनतम तीन माला अर्थात् घड़ी से प्राय: पंद्रह मिनट नियमित रूप से किया जाए, अधिक बन पड़े तो अधिक उत्तम। होंठ हिलते रहें, किंतु आवाज इतनी मंद हो कि पास बैठे व्यक्ति भी सुन न सकें। जप प्रक्रिया कषाय-कल्मषों-कुसंस्कारों को धोने के लिए की जाती है।

ॐ भूर्भुव: स्व: तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो न: प्रचोदयात्।

इस प्रकार मंत्र का उच्चारण करते हुए भावना की जाए कि हम निरंतर पवित्र हो रहे हैं। दुर्बुद्धि की जगह सद्बुद्धि की स्थापना हो रही है।

(४) **ध्यान**- जप तो अंग अवयव करते हैं, मन को ध्यान में नियोजित करना होता है। साकार ध्यान में गायत्री माता के आँचल की छाया में बैठने तथा उनका दुलार भरा प्यार अनवरत रूप से

प्राप्त होने की भावना की जाती है। निराकार ध्यान में गायत्री के देवता सविता की प्रभातकालीन स्वर्णिम किरणों के शरीर पर बरसने व शरीर में श्रद्धा-प्रज्ञा निष्ठा रूपी अनुदान उतरने की मान्यता परिपक्व की जाती है। जप और ध्यान के समन्वय से ही चित्त एकाग्र होता है और आत्मसत्ता पर उस कृत्य का महत्त्वपूर्ण प्रभाव भी पड़ता है।

(५) **सूर्यार्घ्यदान**-जप समाप्ति के पश्चात् पूजा वेदी पर रखे छोटे कलश का जल सूर्य की दिशा में अर्घ्य रूप में निम्न मंत्र के उच्चारण के साथ चढ़ाया जाता है।

ॐ सूर्यदेव ! सहस्रांशो, तेजोराशे जगत्पते।
अनुकम्पय मां भक्त्या, गृहाणार्घ्यं दिवाकर॥
ॐ सूर्याय नम:, आदित्याय नम:, भास्कराय नम: ॥

भावना यह करें कि जल आत्मसत्ता का प्रतीक है एवं सूर्य विराट् ब्रह्म का तथा हमारी सत्ता-संपदा समष्टि के लिए समर्पित विसर्जित हो रही है।

नमस्कार एवं विसर्जन

इतना सब करने के बाद पूजा स्थल पर विदाई के लिए करबद्ध नतमस्तक हो नमस्कार किया जाए व सब वस्तुओं को समेटकर यथास्थान रख दिया जाए। जप के लिए माला तुलसी या चंदन की ही लेनी चाहिए। सूर्योदय के दो घंटे पूर्व से सूर्यास्त के एक घंटे बाद तक कभी भी गायत्री उपासना की जा सकती है। मौन मानसिक जप चौबीस घंटे कभी किया जा सकता है। माला जपते समय तर्जनी उंगली का उपयोग न करें तथा सुमेरु का उल्लंघन न करें।

शांति पाठ

ॐ द्यौः शान्तिरन्तरिक्ष ৩ शान्तिः, पृथिवि शान्तिरापः, शान्तिरोषधयः शान्तिः। वनस्पतयः शान्तिर्विश्वेदेवाः, शान्तिर्ब्रह्मशान्तिः, सर्व ৩ शान्तिः, शान्तिरेव शान्तिः, सा मा शान्तिरेधि॥ ॐ शान्तिः, शान्तिः, शान्तिः। सर्वारिष्ट-सुशान्तिर्भवतु॥

श्री गायत्री चालीसा

दोहा

ह्रीं श्रीं, क्लीं, मेधा, प्रभा, जीवन ज्योति प्रचण्ड।
शांति, क्रांति, जागृति, प्रगति, रचना शक्ति अखण्ड॥
जगत जननि, मंगल करनि, गायत्री सुखधाम।
प्रणवों सावित्री, स्वधा, स्वाहा पूरन काम॥

भूर्भुवः स्वः ॐ युत जननी।
गायत्री नित कलिमल दहनी॥

अक्षर चौबिस परम पुनीता।
इनमें बसें शास्त्र, श्रुति, गीता॥
शाश्वत सतोगुणी सतरूपा।
सत्य सनातन सुधा अनूपा॥
हंसारूढ़ सितम्बर धारी।
स्वर्णकांति शुचि गगन बिहारी॥
पुस्तक पुष्प कमंडलु माला।
शुभ्र वर्ण तनु नयन विशाला॥

ध्यान धरत पुलकित हिय होई।
सुख उपजत, दुःख दुरमति खोई॥
कामधेनु तुम सुर तरु छाया।
निराकार की अद्‌भुत माया॥
तुम्हरी शरण गहै जो कोई।
तरै सकल संकट सों सोई॥
सरस्वती लक्ष्मी तुम काली।
दिपै तुम्हारी ज्योति निराली॥

तुम्हरी महिमा पारन पावें।
जो शारद शत मुख गुण गावें॥
चार वेद की मातु पुनीता।
तुम ब्रह्माणी गौरी सीता॥
महामंत्र जितने जग माहीं।
कोऊ गायत्री सम नाहीं॥
सुमिरत हिय में ज्ञान प्रकासै।
आलस पाप अविद्या नासै॥

सृष्टि बीज जग जननि भवानी।
कालरात्रि वरदा कल्यानी॥
ब्रह्मा विष्णु रुद्र सुर जेते।
तुम सों पावें सुरता तेते॥
तुम भक्तन की भक्त तुम्हारे।
जननिहिं पुत्र प्राण ते प्यारे॥
महिमा अपरम्पार तुम्हारी।
जै जै जै त्रिपदा भय हारी॥

पूरित सकल ज्ञान विज्ञाना।
तुम सम अधिक न जग में आना॥
तुमहिं जानि कछु रहै न शेषा।
तुमहिं पाय कछु रहै न क्लेषा॥
जानत तुमहिं, तुमहिं है जाई।
पारस परसि कुधातु सुहाई॥
तुम्हरी शक्ति दिपै सब ठाई।
माता तुम सब ठौर समाई॥

ग्रह नक्षत्र ब्रह्माण्ड घनेरे।
सब गतिवान तुम्हारे प्रेरे॥
सकल सृष्टि की प्राण विधाता।
पालक पोषक नाशक त्राता॥
मातेश्वरी दया व्रत धारी।
तुम सन तरे पातकी भारी॥
जापर कृपा तुम्हारी होई।
तापर कृपा करें सब कोई॥

मंद बुद्धि ते बुधि बल पावें।
रोगी रोग रहित ह्वै जावें॥
दारिद मिटै कटै सब पीरा।
नाशै दुःख हरै भव भीरा॥
गृह कलेश चित चिंता भारी।
नासै गायत्री भय हारी॥
संतति हीन सुसंतति पावें।
सुख संपत्ति युत मोद मनावें॥

भूत पिशाच सबै भय खावें।
यम के दूत निकट नहिं आवें॥
जो सधवा सुमिरें चित लाई।
अछत सुहाग सदा सुखदाई॥
घर वर सुख प्रद लहैं कुमारी।
विधवा रहें सत्य व्रत धारी॥
जयति जयति जगदम्ब भवानी।
तुम सम और दयालु न दानी॥

जो सद्‌गुरु सों दीक्षा पावें।
सो साधन को सफल बनावें॥
सुमिरन करें सुरुचि बड़भागी।
लहैं मनोरथ गृही विरागी॥
अष्ट सिद्धि नवनिधि की दाता।
सब समर्थ गायत्री माता॥
ऋषि, मुनि, यती, तपस्वी, जोगी।
आरत, अर्थी, चिंतित, भोगी॥

जो जो शरण तुम्हारी आवें।
सो सो मन वांछित फल पावें॥
बल, बुद्धि, विद्या, शील स्वभाऊ।
धन वैभव यश तेज उछाऊ॥
सकल बढ़ें उपजे सुख नाना।
जो यह पाठ करै धरि ध्याना॥

यह चालीसा भक्तियुत, पाठ करे जो कोय।
तापर कृपा प्रसन्नता, गायत्री की होय॥

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि
धियो यो नः प्रचोदयात्।

॥आरती गायत्री जी की॥

जयति जय गायत्री माता, जयति जय गायत्री माता।
आदि शक्ति तुम अलख निरंजन जग पालन कर्त्री।
दुःख, शोक, भय, क्लेश, कलह दारिद्रय दैन्य हर्त्री॥
ब्रह्म रूपिणी, प्रणत पालिनी, जगतधातृ अम्बे।
भवभयहारी, जनहितकारी, सुखदा जगदम्बे॥
भय हारिणि भव तारिणि अनघे, अज आनन्द राशी।
अविकारी, अघहरी, अविचलित, अमले, अविनाशी॥
कामधेनु सत् चित् आनन्दा, जय गंगा गीता।
सविता की शाश्वती शक्ति, तुम सावित्री सीता॥
ऋग, यजु, साम, अथर्व, प्रणयिनी, प्रणव महामहिमे।
कुण्डलिनी सहस्त्रार, सुषुम्ना, शोभा गुण गरिमे॥
स्वाहा, स्वधा, शची, ब्रह्माणी, राधा, रुद्राणी।
जय सतरूपा, वाणी, विद्या, कमला, कल्याणी॥

जननी हम हैं दीन, हीन, दुःख, दारिद के घेरे।
यदपि कुटिल, कपटी कपूत, तऊ बालक हैं तेरे॥
स्नेहसनी करुणामयि माता, चरण शरण दीजै।
बिलख रहे हम शिशु सुत तेरे, दया दृष्टि कीजै॥
काम, क्रोध, मद, लोभ, दम्भ, दुर्भाव, द्वेष हरिये।
शुद्ध बुद्धि, निष्पाप हृदय, मन को पवित्र करिये॥
तुम समर्थ सब भाँति तारिणी, तुष्टि, पुष्टि त्राता।
सत् मारग पर हमें चलाओ, जो हैं सुखदाता॥
जयति जय गायत्री माता, जयति जय गायत्री माता॥

आरती समाप्त होने पर साष्टांग नमस्कार

ॐ नमोऽस्त्वनन्ताय

सहस्त्रमूर्तये, सहस्त्रपादाक्षिशिरोरुबाहवे। सहस्त्रनाम्ने
पुरुषाय शाश्वते, सहस्त्रकोटी युगधारिणे नमः॥

गायत्री स्तुति

ॐ स्तुता मया वरदा वेदमाता, प्रचोदयन्तां पावमानी द्विजानाम् । आयुः प्राणं प्रजां पशुं, कीर्तिं द्रविणं ब्रह्मवर्चसम्। मह्यं दत्वा व्रजत ब्रह्मलोकम् ।

अर्थ-[मेरे द्वारा स्तुत, द्विजों (संस्कारी जनों) को भी पवित्र करने वाली हे वरदायिनी वेदमाता (गायत्री) सन्मार्ग पर प्रेरित करती हुई हमें दीर्घायु, प्राण (साहस), प्रजा (सन्तान-सहयोगी) पशु कीर्ति द्रविण (समृद्धि) ब्रह्मवर्चस (ब्रह्मज्ञान एवं बल) प्रदान करके आप (अपने) ब्रह्मलोक को प्रस्थान करें।]

गायत्री स्तवन

ॐ यन्मंडलं दीप्तिकरं विशालम्,
रत्नप्रभं तीव्रमनादिरूपम्।

दारिद्र्य - दुःखक्षय कारणं च,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥१॥

यन्मण्डलं देवगणैः सुपूजितम्,
विप्रैः स्तुतं मानवमुक्तिकोविदम्।
तं देवदेवं प्रणमामि भर्गं,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥२॥

यन्मण्डलं ज्ञानघनं त्वगम्यं,
त्रैलोक्य पूज्यं त्रिगुणात्मरूपम्।
समस्त तेजोमय दिव्यरूपं,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥३॥

यन्मण्डलं गूढमति प्रबोधं,
धर्मस्य वृद्धिं कुरुते जनानाम्।
यत् सर्वपापक्षयकारणं च,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥४॥

यन्मण्डलं व्याधि विनाशदक्षम्,
यदृग् यजुः सामसु सम्प्रगीतम्।
प्रकाशितं येन च भूर्भुवः स्वः,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥५॥
यन्मण्डलं वेदविदो वदन्ति,
गायन्ति यच्चारण सिद्धसंघाः।
यद्योगिनो योगजुषां च संघाः,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥६
यन्मण्डलं सर्वजनेषु पूजितं,
ज्योतिश्च कुर्यादिह मर्त्यलोके।
यत्काल कालादिमनादिरूपम्,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥७॥
यन्मण्डलं विष्णुचतुर्मुखास्यं,
यदक्षरं पापहरं जनानाम्।

यत्कालकल्पक्षयकारणं च,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥८॥
यन्मण्डलं विश्वसृजां प्रसिद्धं,
उत्पत्ति रक्षा प्रलयप्रगल्भम्।
यस्मिन्जगत् संहरतेऽखिलं च,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥९॥
यन्मण्डलं सर्वगतस्य विष्णोः,
आत्मा परंधाम विशुद्धतत्त्वम्।
सूक्ष्मान्तरैर्योगपथानुगम्यं ,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥१०॥
यन्मण्डलं ब्रह्मविदो वदन्ति,
गायन्ति यच्चारण सिद्धसंघाः।
यन्मण्डलं वेदविदः स्मरन्ति,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥११॥

यन्मण्डलं वेद विदोपगीतं,
यद्योगिनां योग पथानुगम्यम्।
तत्सर्ववेदं प्रणमामि दिव्यं,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥१२॥

गायत्री स्तवन (पद्यानुवाद)

शुभ ज्योति के पुंज, अनादि अनुपम,
ब्रह्माण्ड व्यापी आलोक कर्त्ता।
दारिद्र्य दुःख भय से मुक्त कर दो,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ १ ॥
ऋषि देवताओं से नित्य पूजित,
हे भर्ग भव बंधन मुक्ति कर्त्ता ॥
स्वीकार करलो वंदन हमारा,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ २ ॥

हे ज्ञान के घन त्रैलोक्य पूजित,
पावन गुणों के विस्तार कर्त्ता।
समस्त प्रतिभा के आदि कारण,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ ३ ॥
हे गूढ़ अंतःकरण में विराजित,
तुम दोष-पापादि संहार कर्त्ता।
शुभ धर्म का बोध हमको करा दो,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ ४ ॥
हे व्याधि नाशक हे पुष्टि दाता,
ऋग, साम, यजु वेद संचार कर्त्ता।
हे भूर्भुवः स्वः में स्व प्रकाशित,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ ५ ॥
सब वेद विद, चारण, सिद्ध योगी,
जिसके सदा से हैं गान कर्त्ता।

हे सिद्ध संतों के लक्ष्य शाश्वत,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ ६ ॥

हे विश्व मानव से आदि पूजित,
नश्वर जगत् में शुभ ज्योति कर्त्ता।
हे काल के काल-अनादि ईश्वर,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ ७ ॥

हे विष्णु, ब्रह्मादि द्वारा प्रचारित,
हे भक्त पालक, हे पाप हर्त्ता।
हे काल-कल्पादि के आदि स्वामी,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ ८ ॥

हे विश्व मंडल के आदि कारण,
उत्पत्ति - पालन-संहार कर्त्ता।
होता तुम्हीं में लय यह जगत् सब,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ ९ ॥

हे सर्वव्यापी, प्रेरक नियन्ता,
विशुद्ध आत्मा कल्याण कर्त्ता।
शुभ योग पथ पर हम को चलाओ,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ १० ॥

हे ब्रह्मनिष्ठों से आदि पूजित,
वेदज्ञ जिसके गुणगान कर्त्ता।
सद्भावना हम सब में जगा दो,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ ११ ॥

हे योगियों के शुभ मार्गदर्शक,
सद्ज्ञान के आदि संचार कर्त्ता।
प्रणिपात स्वीकार लो हम सभी का,
पावन बना दो हे देव सविता ॥ १२ ॥

॥ एक तुम्हीं आधार सद्गुरु ॥

एक तुम्हीं आधार सद्गुरु,
एक तुम्हीं आधार ।

जब तक मिलो न तुम जीवन में।
शांति कहां मिल सकती मन में॥

खोज फिरा संसार सद्गुरु।
एक तुम्हीं आधार सद्गुरु॥

कैसा भी हो तैरन हारा।
मिले न जब तक शरण सहारा॥

हो न सका उस पार सद्गुरु।
एक तुम्हीं आधार सद्गुरु॥

हे प्रभु तुमहिं विविध रूपों में।
हमें बचाते भव कूपों से॥

ऐसे परम उदार सद्गुरु।
एक तुम्हीं आधार सद्गुरु॥

हम आए हैं द्वार तुम्हारे।
अब उद्धार करो दुःखहारे॥

सुन लो दास पुकार सद्गुरु।
एक तुम्हीं आधार सद्गुरु॥

छा जाता जग में अंधियारा।
तब पाने प्रकाश की धारा॥

आते तेरे द्वार सद्गुरु।
एक तुम्हीं आधार सद्गुरु॥

महाकाल स्तवन

असंभवं संभव - कर्त्तुमुद्यतं,
प्रचण्ड - झंझावृतिरोधसक्षमम्।
युगस्य निर्माणकृते समुद्यतं,
परं महाकालममुं नमाम्यहम्॥

यदा धरायामशांतिः प्रवृद्धा,
तदा च तस्यां शांतिं प्रवर्धितुम्।
विनिर्मितं शांतिकुंजाख्य-तीर्थकं,
परं महाकालममुं नमाम्यहम्॥

अनाद्यनन्तं परमं महीयसं,
विभोः स्वरूपं परिचाययन्मुहुः।
युगानुरूपं च पथं व्यदर्शयत्,
परं महाकालममुं नमाम्यहम्॥

उपेक्षिता यज्ञ महादिकाः क्रियाः,
विलुप्तप्राय खलु सान्ध्यमाह्निकम्।
समुद्धृतं येन जगद्धिताय वै,
परं महाकालममुं नमाम्यहम्॥

तिरस्कृतं विस्मृतमप्युपेक्षितं,
आरोग्यवाहं यजनं प्रचारितुम्।
कलौ कृतं यो रचितुं समुद्यतः,
परं महाकालममुं नमाम्यहम्॥

तपः कृतं येन जगद्धिताय,
विभीषिकायाश्च जगन्नु रक्षितुम।
समुज्वला यस्य भविष्य-घोषणा,
परं महाकालममुं नमाम्यहम्॥

मृदूद्यदारं हृदयं नु यस्य यत्,
तथैव तीक्ष्णं गहनं च चिन्तनम्।
ऋषेश्चरित्रं परमं पवित्रकं,
परं महाकालममुं नमाम्यहम्॥

जनेषु देवत्ववृतिं प्रवर्धितुं,
विपद् धरायाञ्च विधातुमक्षयम्।
युगस्य निर्माणकृता च योजना,
परं महाकालममुं नमाम्यहम्॥

यः पठेच्चिन्तयेच्चापि, महाकाल-स्वरूपकम्।
लभेत परमां प्रीतिं, महाकाल कृपादृशा॥

महाकाल स्तुति (पद्यानुवाद)

असंभव पराक्रम के हेतु तत्पर,
विध्वंस का जो करता दलन है।
नव सृजन पुण्य संकल्प जिसका,
ऐसे महाकाल को नित नमन है॥

भू पर भरी भ्रांति की आग के बीच,
जो शक्ति के तत्त्व करता चयन है।
विकसित किए शांतिकुंजादि युग तीर्थ,
ऐसे महाकाल को नित नमन है॥

अनादि अनुपम, अनश्वर, अगोचर,
जिनका सभी भाँति अनुभव कठिन है।
युगशक्ति का बोध सबको कराया,
ऐसे महाकाल को नित नमन है॥

विस्मृत उपेक्षित पड़ी साधना का,
जिनने किया जागरण उन्नयन है।
घर-घर प्रतिष्ठित हुई वेदमाता,
ऐसे महाकाल को नित नमन है॥

यज्ञीय विज्ञान, यज्ञीय जीवन,
जो सृष्टि पोषक दिव्याचरण है।
उसको उबारा प्रतिष्ठित बनाया,
ऐसे महाकाल को नित नमन है॥

मनुष्यता के दुःख दूर करने,
तपकर कमाया परम पुण्य धन है।
उज्ज्वल भविष्यत् की घोषणा की,
ऐसे महाकाल को नित नमन है॥

अनीति भंजक शुभ कोप जिनका,
शुभ ज्ञानयुत श्रेष्ठ चिंतन गहन है।
ऋषिकल्प जीवन जिनका परिष्कृत,
ऐसे महाकाल को नित नमन है॥

देवत्व मानव मन में जगाकर,
संकल्प भू पर अमरपुर सृजन है।
युग की सृजन योजना के प्रणेता,
ऐसे महाकाल को नित नमन है॥

महाकाल की प्रेरणा, श्रद्धायुत चित लाय।
नर पावे सद्गति परम्, त्रिविध ताप मिट जाय॥

युग निर्माण मिशन के निर्धारित जयघोष

गायत्री माता की–	जय।
यज्ञ भगवान की–	जय।
वेद भगवान की–	जय।
भारतीय संस्कृति की–	जय।
भारत माता की–	जय।
एक बनेंगे–	नेक बनेंगे।
हम सुधरेंगे–	युग सुधरेगा।
हम बदलेंगे–	युग बदलेगा।
विचार क्रांति अभियान–	सफल हो सफल हो सफल हो।
ज्ञान यज्ञ की लाल मशाल–सदा जलेगी–	सदा जलेगी।
ज्ञान यज्ञ की ज्योति जलाने–	हम घर–घर में जाएँगे।
नया समाज बनाएँगे–	नया जमाना लाएंगे।
जन्म जहाँ पर–	हमने पाया।

अन्न जहाँ का- हमने खाया।
वस्त्र जहाँ के- हमने पहने।
ज्ञान जहाँ से- हमने पाया।
वह है प्यारा- देश हमारा।
देश की रक्षा कौन करेगा- हम करेंगे, हम करेंगे।
युग निर्माण कैसे होगा- व्यक्ति के निर्माण से।
माँ का मस्तक ऊँचा होगा- त्याग और बलिदान से।
मानव मात्र- एक समान।
नर और नारी- एक समान।
जाति वंश सब- एक समान।
हमारी युग निर्माण योजना- सफल हो, सफल हो, सफल हो।
हमारा युग निर्माण सत्संकल्प- पूर्ण हो, पूर्ण हो, पूर्ण हो।
इक्कीसवीं सदी- उज्ज्वल भविष्य।

वन्दे-वेद मातरम्

परम पूज्य गुरुदेव पं० श्रीराम शर्मा आचार्य एवं माता-भगवती देवी जीवन यात्रा

जन्म-आश्विन कृष्ण त्रयोदशी संवत् १९६८, (२० सितम्बर १९११) ग्राम आँवलखेड़ा, जनपद-आगरा (उत्तर-प्रदेश) में एक जमींदार ब्राह्मण परिवार में। बाल्यकाल से ही अध्यात्म साधना व चर्चा में गहरी रुचि।

दस वर्ष की आयु में बनारस में महामना मदन मोहन मालवीय जी द्वारा गायत्री मंत्र की दीक्षा व यज्ञोपवीत धारण।

पंद्रह वर्ष की आयु में गुरुसत्ता से साक्षात्कार। उनके निर्देश पर अखण्ड दीपक प्रज्वलित कर चौबीस वर्ष तक चलने वाले २४-२४ लक्ष के चौबीस गायत्री महापुरश्चरणों की शृंखला आरंभ।

साधनाकाल में गाय को खिलाए और गोबर से छानकर निकाले गए संस्कारित जौ की रोटी व छाछ पर रहे। कुण्डलिनी तथा पंचाग्नि विद्या की सिद्धि-साधना इस बीच पूरी हुई।

किशोरावस्था से ही सक्रिय स्वतंत्रता संग्राम सेनानी, तीन बार जेल यात्रा। मालवीय जी, रफी अहमद किदवई, श्रीमती स्वरूपरानी नेहरू (जवाहरलाल नेहरू की माता), देवदास गांधी के साथ आसनसोल जेल में। सविनय अवज्ञा आंदोलन में सरकार के उत्पीड़न के बावजूद घर की कुर्की होने के बाद भी आजादी की लगन। राजनैतिक गुरु-महात्मागांधी। मार्गदर्शन लेने साबरमती आश्रम की कई बार यात्रा।

१९४० की बसंत पंचमी से '' अखण्ड ज्योति '' पत्रिका का पहले फ्रीगंज आगरा, फिर '' अखण्ड-ज्योति संस्थान '' मथुरा से प्रकाशन। अध्यात्म तत्त्वदर्शन का शास्त्रोक्त एवं विज्ञान सम्मत प्रतिपादन। अखण्ड ज्योति पत्रिका ६५ वर्ष पूरे कर रही है।

वंदनीया माताजी भगवती देवी का १९४६ में उनके जीवन में प्रवेश। अपने पति की उग्र तपश्चर्या में उनका पूर्ण योगदान। नारी जागरण कार्यक्रम का वंदनीया माता जी द्वारा सफल संचालन।

चार बार अपने गुरु सर्वेश्वरानंद जी के निर्देश पर हिमालय की यात्रा। ६ माह से लेकर १ वर्ष तक अज्ञातवास में कठोर तप साधना।

चौबीस महापुरश्चरणों की समाप्ति पर १९५३ में महर्षि दुर्वासा की तप स्थली में मथुरा-वृंदावन मार्ग पर गायत्री तपोभूमि की स्थापना। अखण्ड अग्नि प्रज्ज्वलित। १०८ कुण्डीय गायत्री महायज्ञ के साथ गुरु दीक्षा देने का क्रम आरंभ।

१९५८ में एक विशाल सहस्त्रकुंडीय गायत्री यज्ञ मथुरा में संपन्न, जिसमें चार लाख से अधिक गायत्री साधकों ने भाग लिया। गायत्री परिवार का संगठन इसके बाद बना।

गायत्री महाविद्या पर बृहद् विश्वकोष स्तर का तीन खण्डों में गायत्री महाविज्ञान प्रकाशित।

अपने तीसरे अज्ञातवास से लौटकर १९६० में चारों वेदों का सरल सुबोध भाष्य, १०८ उपनिषदों की भाषा टीका, २० स्मृतियों का हिन्दी रूपान्तर, १८ पुराणों का पुनरुद्धार तथा षट्दर्शन का भाष्य प्रकाशित।

सन् १९६३ में युग निर्माण योजना का उद्घोष। शत सूत्रीय कार्यक्रम की घोषणा एवं राष्ट्रव्यापी समाज निर्माण के कार्यक्रम का सफल क्रियान्वयन। गायत्री यज्ञों की शृंखला का संचालन, सारे देश में मंत्र लेखन साधना का प्रसार व २४०० करोड़ हस्तलिखित मंत्रो का संग्रह।

धर्म-अध्यात्म, गायत्री महाविद्या, जीवन जीने की कला, समग्र आरोग्य,व्यक्ति,परिवार,समाज निर्माण तथा वैज्ञानिक अध्यात्मवाद पर तीन हजार से अधिक छोटी-बड़ी पुस्तकों का लेखन व प्रकाशन।

युग निर्माण योजना एवं युगशक्ति गायत्री पत्रिका (विभिन्न भाषाओं में) का लेखन, संपादन एवं प्रकाशन।

६० वर्ष की आयु में २० जून १९७१ को मथुरा छोड़ कर एक वर्ष हिमालय में उग्र तपश्चर्या हेतु प्रस्थान। धर्मपत्नी वंदनीया माता भगवती देवी द्वारा शांतिकुंज में आरंभ किए गए शक्ति केन्द्र का संचालन।

१९७२ की गायत्री जयंती के बाद से शांतिकुंज हरिद्वार में दुर्गम हिमालय में कार्यरत ऋषियों की परंपरा का बीजारोपण कर उसे एक सिद्ध पीठ के रूप में विकसित किया।

जागृत आत्माओं के लिए प्राण-प्रत्यावर्तन, चांद्रायण कल्प, संजीवनी साधना, जीवन साधना के सत्रों का आयोजन। एक विशाल शांतिकुंज परिवार के अन्तर्गत हजारों पूर्ण समयदानी कार्यकर्त्ताओं का उनके ममत्व भरे आह्वान पर उनके पद चिन्हों पर चलने का संकल्प।

चौबीस सौ शक्तिपीठों की स्थापना। शिलान्यास व प्राणप्रतिष्ठा हेतु स्वयं पूरे भारत का दौरा। सभी शक्तिपीठ जाग्रत तीर्थ के रूप में सक्रिय ।

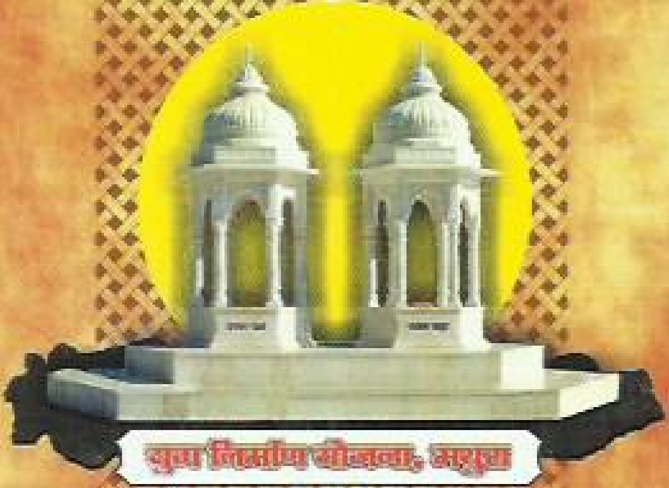
विज्ञान व अध्यात्म के समन्वय एवं गायत्री महाशक्ति व यज्ञ विद्या पर अनुसंधान हेतु सुविज्ञ चिकित्सक-वैज्ञानिकों का स्वयं मार्गदर्शन कर ब्रह्मवर्चस शोध संस्थान का गठन। एक

परिपूर्ण सुसज्जित आधुनिकतम प्रयोगशाला की १९७९ में स्थापना।

१९८४ से सूक्ष्मीकरण पंचकोषी साधना में प्रवेश। हीरक जयंती पर भारत भर में १०८ कुण्डी गायत्री महायज्ञों व राष्ट्रीय एकता सम्मेलनों की श्रृंखला।

क्रांतिधर्मी साहित्य का जीवन के अंतिम वर्षों में लेखन तथा इक्कीसवीं सदी-उज्ज्वल भविष्य की घोषणा। भविष्य संबंधी सारे कथन अब तक सत्य प्रमाणित हुए।

बसंत पर्व १९९० पर महाकाल के संदेश के रूप में भविष्य की रीति नीति की घोषणा एवं छः माह बाद महाप्रयाण की घोषणा। स्वेच्छा से समाधि लेते हुए २ जून १९९० ई० गायत्री जयंति के दिन माँ गायत्री का नाम उच्चारित करते हुए महाप्रयाण। अपना कार्य भार व शक्ति वंदनीया माताजी को हस्तान्तरित। ०



GG 12

7/-